

## Übungsleiter:

Mini I	
Nicole Specht (NS)	06323 4038
Silke Pister (SP)	06323 9373020
Mini II	
Monika Klein (MK)	06323 5574
Sonja Emig-Allmendinger (SA)	06323 938353
MK/WK U10 + U12	
Inge Hormuth (IH)	06323 6030
Sylvia Wernicke (SW)	06323 980164
MJ/WJ U 14	
MJ/WJ U16 - U20 und älter sowie Aktive	
Isolde Meier (IM)	06323 6148
Janina Meier (JM)	0621 67181152
Eva Lawrenz (EL)	06321 399866
Nathalie Schadt (NS)	06327 969786
Triathlon	
Inge Treichel (IT)	06323 7946
Mario Hutzl (MH)	06323 81421
Lauftreff	
Peter Klein (PK)	06323 5574
Monika Klein (MK)	06323 5574
Walking/Nordic-Walking	
Sylvia Guntermann (SG)	06323 987164
Wirbelsäulengymnastik	
Trudy Sternfeld (TS)	06323 6136
Sportabzeichen/Fitness	
Ulla Schiele (US)	06323 7246
Georg Bittlinger (GB)	06321 59158
Die ÜL beantworten gerne Fragen zu den genannten Trainingszeiten.	

Ein Verein stellt sich vor:

Mit rund 750 Mitgliedern sind wir ein Leichtathletikverein, der neben der intensiven Jugendförderung, Laufen, Triathlon und Breitensport anbietet. Wirbelsäulengymnastik und Walking ergänzen das Angebot.

Zu unserem aktiven Vereinsleben gehört natürlich auch das gesellige Miteinander.

Unser Verein veranstaltet seit 1979 das überregional bekannte Seniorensportfest und seit 1995 den Rietburg-Berglauf.

Neben zahlreichen Titeln und Ehrungen, die wir bei Bezirks-, Pfalz- und Rheinland-Pfalz- und Deutschen Meisterschaften erringen konnten, erhielten wir zum fünften Mal in Folge den Pokal der „Freunde der Leichtathletik“ der Schüler und Jugendliga und 2009 wiederholt den Sonderpreis des Kreises Südliche Weinstraße für die

„Beste Jugendförderung“.

Beim Sportabzeichenwettbewerb des Sportbundes Pfalz belegte der LCO wiederholt den 1. Platz.

Weitere Informationen und Anmeldung bei:  
Heinz Vogelgesang, 1. Vorsitzender  
Telefon 06323 – 980048  
Vogelgesang-edenkoben@t-online.de

Eva Lawrenz, Jugend- u. Sportwartin  
Telefon 06321 – 399866

[www.lco-edenkoben.de](http://www.lco-edenkoben.de)



## LCO Edenkoben

Winterprogramm 2018/19

gültig ab 15.10.2018 (nach den Herbstferien)

## Kinder

- **Bewegungsförderung/  
motorische Schulung**

Donnerstag 16.00 – 17.00 Uhr  
Kinder<sup>1</sup> U6 Jahrgang 2014/15  
Grundschulhalle ÜL: SP/NS

Donnerstag 17.00 – 18.00 Uhr  
Kinder<sup>1</sup> U8 Jahrgang 2012/13  
Grundschulhalle ÜL: MK/SA

## Jugendliche und Aktive

- **Leichtathletisches Training**

Montag 17.15 – 19.30 Uhr  
Aktive/M/WJ U14 – U20  
2007 und älter ÜL: IM/JM

Dienstag 17.00 – 18.30 Uhr  
Stadion  
Leistungstraining Athleten mit  
Trainingsplan ÜL: IM

Dienstag 17.15 – 18.30 Uhr  
Kinder U10  
2010/11 ÜL: SW

Mittwoch 18.00 – 20.00 Uhr  
Aktive/ M/WJ U14 – U20  
2007 und älter ÜL: EL

Donnerstag 17.00 – 18.30 Uhr  
Stadion  
Leistungstraining für Athleten mit  
Trainingsplan ÜL: IM

Donnerstag 17.15 – 19.00 Uhr  
Kinder U12  
Jg. 2008/09 ÜL: IH/SW

Freitag 19.30 – 21.00 Uhr  
Wurftraining  
Aktive/ M/WJ U14 – U20  
2007 und älter ÜL: EL

Freitag 17.15 – 19.30 Uhr  
Aktive/ M/WJ U14 – U20  
2007 und älter ÜL: IM

- **Waldlauf**

Samstag  
Uhrzeit Beginn: 15.30 Uhr  
Treffpunkt nach Absprache  
Aktive, M/WJ U14 – U20 ÜL: IM

## Erwachsene

- **Krafttraining**  
Dienstag 19.00 – 20.30 Uhr ÜL: MK

- **Walking/Nordic-Walking**  
Montag 18.30 Uhr  
TP nach Absprache ÜL: SG

- **Grundlagentraining**

Donnerstag 19.30 – 21.00 Uhr  
Großsporthalle RS+ ÜL: MH/MK

- **Leistungsschwimmen**

Samstag 17.00 – 18.00 Uhr  
Stadionbad Neustadt ÜL: IT

- **Lauffreff**

Mittwoch 19.00 Uhr  
Parkplatz Sporthalle Gymnasium

Sonntag 9.30 Uhr  
Herrenhaus

### **Langstrecke**

Samstag 13.30 Uhr  
Treffpunkt siehe Homepage

- **Wirbelsäulengymnastik**

Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr  
Großsporthalle der RS+ ÜL: TS

- **Fit durch den Winter lockerer Lauf**

Montag 18.30 – 20.00 Uhr  
Stadion ÜL: US

- **Kraftausdauertraining**

Donnerstag 17.00 – 19.00 Uhr ÜL: US

- **Schwimmen**

**Sportabzeichengruppe**  
Samstag 13.00 – 14.00 Uhr  
Stadionbad Neustadt ÜL: US

Alle Termine finden (falls kein anderer Vermerk) in der  
Sporthalle des Gymnasiums Edenkoben statt.

---

<sup>1</sup> Über den Termin Gruppenwechsel der U6 bis U12 werden die Gruppen rechtzeitig informiert.